



PORRIDGE MIT HIMBEEREN UND JOHANNISBEEREN

🕒 10 min 😊 Leicht

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

Für den Porridge:

ca. 600 –700 ml MinusL H-Milch 1,5 % Fett

Salz

1 EL Vanillezucker

150 g Haferflocken, kernig

150 g frische Himbeeren

100 frische, rote Johannisbeeren

1 EL Zitronensaft

1 EL flüssiger Honig

200 g MinusL Joghurt mild 1,5 % Fett

Zum Garnieren:

einige frische Himbeeren

einige frische, rote Johannisbeeren

1–2 EL Kokosflocken

ZUBEREITUNG

1. Die Milch mit einer Prise Salz, Vanillezucker und den Haferflocken aufkochen lassen und unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Minuten bei schwacher Hitze quellen lassen. Evtl. noch etwas Milch zugeben.
2. Die Beeren verlesen, waschen, trocken tupfen und mit dem Zitronensaft und dem Honig in einen Topf geben, nur kurz erwärmen und mit einer Gabel leicht andrücken.
3. Den Porridge mit den Beeren und dem Joghurt auf Gläser verteilen und nach Belieben mit frischen Beeren und Kokosraspeln garniert servieren.